

«БЕКІТЕМІН»
«Ә.Жанкелдин атындағы жалпы білім беретін мектеп» КММ-нің
директоры: Қ.Оразалиев

«04» 11 2024ж



Бейнеу ауданы бойынша білім бөлімінің «Ә.Жанкелдин атындағы жалпы білім беретін мектеп» КММ-нің білім алушыларға ұйымдастырылған ыссы тамақтың апталық ас мәзірі

Бірінші апта, 1-ші күн

Бірінші апта, 1-ші күн							
Тағамның атауы	6(7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	Тағамның ингредиенттері	6(7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
	Тағамның шығымы/гр.				брутто/гр.		
Сүтке пісірілген жарма	200	230	250	жарма	30	34,5	38
				сүт	105	121	131
				қант	8	12	13
				йодталған тұз	1	1	1,5
Сары май	8	12	13	сары май	8	12	13
Сүзбеше	50	50	50	сүзбеше	50	50	50
Ара балы қосылған шайы	205	205	2055	ара балы	5	5	5
				шай	200	200	200
қара бидай-бидай наны	20	35	40	қара бидай-бидай наны	20	35	40
					504	557,5	586,5
Калориялығы, ккал							

Жеке кәсіпкер: Алла

Аспаз: Белла

Әлеуметтік педагог: Алпа

Медбике: Алла



«БЕКІТЕМІН»

«Ә.Жанкелдин атындағы жалпы білім беретін мектеп» КММ-нің директоры, Қ.Оразалиев

«25» 11 2024ж

Бейнеу ауданы бойынша білім бөлімінің «Ә.Жанкелдин атындағы жалпы білім беретін мектеп» КММ-нің білім алушыларға ұйымдастырылған ыссы тамақтың апталық ас мәзірі

Бірінші апта, 2-ші күн

Тағамның атауы	6(7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	Тағамның ингредиенттері	6(7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
	Тағамның шығымы/гр.				брутто/гр.		
Сиыр еті қосылған бұқтырылған күріш	150	200	230	сиыр еті	61	73	80
				күріш жармасы	51	61	68
				өсімдік майы	8	10	11
				пияз	9	11	12
				сәбіз	14	17	19
Балғын көкөніс салаты	60	80	100	қырыққабат	58	78	98
				сәбіз	7	9	11
				қант	4	5	6
				өсімдік майы	6	8	10
Кептірілген жемістен компот	200	200	200	Кептірілген жемістен компот	1	1	1
				қант	5	5	5
қара бидай-бидай наны	20	35	40	қара бидай-бидай наны	20	35	40
Калориялығы, ккал					484	541	582

Жеке кәсіпкер: _____

Аспаз: _____

Әлеуметтік педагог: _____

Медбике: _____

«БЕКІТЕМІН»
«Ә.Жанкелдин атындағы жалпы білім беретін мектеп» КММ-нің
директоры Қ.Оразалиев



«26» 11 2024ж

Бейнеу ауданы бойынша білім бөлімінің «Ә.Жанкелдин атындағы жалпы білім беретін мектеп» КММ-нің білім алушыларға
ұйымдастырылған ыссы тамақтың апталық ас мәзірі

Бірінші апта, 3-ші күн							
Тағамның атауы	6(7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	Тағамның ингредиенттері	6(7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
	Тағамның шығымы/гр.				брутто/гр.		
Тефтели сорпасы	200/25	230/25	250/25	Тартылған сиыр еті	28	33	40
				сәбіз	11	13	14
				пияз	9	10	11
				картоп	1	1	1,5
				қызанақ пастасы	3	3	3
				өсімдік майы	4	5	5
				йодталған тұз	1	1	1
				күріш	16	18	20
Жеміс шырыны	200	200	200	Жеміс, алма, өрік мультивитамин	200	200	200
Алма	100	100	100	алма	100	100	100
қара бидай-бидай наны	20	35	40	қара бидай-бидай наны	20	35	40
Калориялығы, ккал					713	764	793

Жеке кәсіпкер: Алла
Аспаз: Гелена
Әлеуметтік педагог: Андрей
Медбике: Ольга

«БЕКІТЕМІН»
«Ә.Жанкелдин атындағы жалпы білім беретін мектеп» КММ-нің
директоры: Қ.Оразалиев

«07» 11 2024ж

Бейнеу ауданы бойынша білім бөлімінің «Ә.Жанкелдин атындағы жалпы білім беретін мектеп» КММ-нің білім алушыларға ұйымдастырылған ыссы тамақтың апталық ас мәзірі

Бірінші апта, 4-ші күн							
Тағамның атауы	6(7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	Тағамның ингредиенттері	6(7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
					брутто/гр.		
	Тағамның шығымы/гр.						
Құс еті қосылған үй кеспесі	200	230	250	Құс еті	28	33	40
				Жұмыртқа	1	3	3
				сәбіз	20	25	30
				пияз	2	2	2
				өсімдік майы	11	12	13
				йодталған тұз	1	1	1
				қызанақ	7	10	12
Қызылшадан дәруменді салат	60	60	60	қызылша	50	50	50
				қант	3	3	3
				алма	7	7	7
Кептірілген жемістен компот	200	200	200	Кептірілген жемістен компот	1	1	1
				қант	5	5	5
Қара бидай бидай наны	20	35	40	Қара бидай бидай наны	20	35	40
					564	664	740
Калориялығы, ккал							

Жеке кәсіпкер: _____
Аспаз: _____
Әлеуметтік педагог: _____
Медбике: _____



«БЕКІТЕМІН»
«Ә.Жанкелдин атындағы жалпы білім беретін мектеп» КММ-нің
директоры Қ.Оразалиев

«28» 11 2024 ж

Бейнеу ауданы бойынша білім бөлімінің «Ә.Жанкелдин атындағы жалпы білім беретін мектеп» КММ-нің білім алушыларға
ұйымдастырылған ыссы тамақтың апталық ас мәзірі

Бірінші апта, 5-ші күн							
Тағамның атауы	6(7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас	Тағамның ингредиенттері	6(7)-10 жас	11-14 жас	15-18 жас
	Тағамның шығымы/гр.				брутто/гр.		
Сиыр еті қосылған бұршақ сорпасы	200	230	250	Үрме бұршақ	16	18	20
				Сиыр еті	61	73	80
				сәбіз	20	25	30
				пияз	8	9	10
				өсімдік майы	11	12	13
				йодталған тұз	1	1	1
				қызанақ	7	10	12
Алма	100	100	100	алма	100	100	100
Кептірілген жемістен компот	200	200	200	Кептірілген жемістен	1	1	1
				қант	5	5	5
Қара бидай бидай наны	20	35	40	қара бидай-бидай наны	20	35	40
Калориялығы, ккал					590	637	664

Жеке кәсіпкер: Асеев
Аспаз: Асеев
Әлеуметтік педагог: Ахмет
Медбике: Оса